



Jadłospis na KWIECIEŃ 2025

Dzień	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
1.04.2025 Wtorek E(kcal)968 B (g) 38,4 T (g) 33,11 W (g)135,64	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Ser żółty (7) 1 pl. Ser Kanapkowy (7) 1 pl. Pomidor 30g , sałata 5g Kakao z ml (7) 250ml	Pudding ryżowy na mleku (7)150g cynamon ½ banan	I danie: Zupa z fasolką szparagową na wywarze warzywno-mięsnym (9) z ziemniakami, zabieleną (7) 250ml, II danie: Kasza jęczmienna 150g Sos pieczarkowo-śmietanowy (1,7) z kurczakiem 150g, Kompot z owoców sezonowych 200ml
2.04.2025 Środa E(kcal) 1002 B (g) 37,75 T (g) 44,71 W (g) 116,74	Bułka pszenna (1) z masłem (7) 1 szt., Miód 30g Płatki kukurydziane 30g z mlekiem (7) 120 ml Pomidor 20g, Rzodkiewka 20g Herbata Roiboss 250 ml	Koktajl malinowy z otrębami (1) na jogurcie(7) 150g , wyrób własny	I danie: Zupa meksykańska na wywarze warzywnym (9) z czerwoną fasolą i kukurydzą 250 ml II danie: Ziemniaki puree 150g , Kotlet schabowy (1,3) 1szt., Kapusta kiszona gotowana 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml
3.04.2025 Czwartek E(kcal)994 B (g) 44,02 T (g) 36,45 W (g) 131,72	Chleb mieszany (pszenno- żytni) (1) z masłem (7), Szynka z indyka 2 pl. Kolorowe Papryki 40g (czerwona, zielona, żółta) Kawa Inka z ml (1,7) 250ml	Marchewka w plasterkach 50 g, zielony ogórek w pl. 50g, Pieczywo (1) typu Wasa 2 szt	I danie: Zupa kalafiorowa na wywarze warzywno-mięsnym (9) z ziemniakami zabieleną (7) 250ml, II danie: Ryż biały 150 g, Chilli con carne z mięsem mielonym kukurydzą i czerwona fasolą 150g Kompot z owoców sezonowych 200ml
4.04.2025 Piątek E(kcal)960 B (g) 36,61 T (g) 33,04 W (g)137,91	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Jajecznica (3,7) ze szczypiorkiem 80g, Pomidor 20g, Herbata Miętowa 250ml	Serek grani naturalny (7) 100g Jabłko 1/2szt	I danie: Krem (7) z białych jarzyn na wywarze warzywno-mięsnym (9) z grzankami (1) 250 ml II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kostka ryby z mintaja 1 szt (1,3,4) , Surówka z buraczków i jabłka 100g Woda 200 ml
7.04.2025 Poniedziałek E(kcal)1012 B (g) 30,22 T (g) 36,03 W (g)149,47	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Pasta jeieczna (3) ze świeżym szczypiorkiem 30g, Dżem truskawkowy 30g Pomidor 40g Herbata rumiankowa	Placuszki z jabłkiem (1,3,7) 1 szt.	I danie: Zupa pomidorowa na wywarze warzywno-mięsnym (9) z ryżem (1) i drobno pokrojoną natką pietruszki 250ml, II danie: Pierogi Ruskie (1,3,7) 200g Lemoniada z cytryną 200ml
8.04.2025 Wtorek E(kcal)1010	Bananowa owsianka z pl. owsianych górskich na mleku (7) 130g	Jabłko 1szt, Biszkopty (1,3,7) 2 szt.	I danie: Rosół (9) z makaronem nitki (1) z drobno pokrojoną pietruszka 250ml II danie: Ziemniaki 150g,

B (g) 38,73 T (g) 41,95 W (g)127,35	Bułka kajzerka (1) z masłem 1szt (7) Ser żółty (7) 1 pl. Ogórek zielony 20g, Sałata 5g Herbata owocowa 250ml		Gołąbki 1 szt bez zawijania w sosie pomidorowym 100g (1,7) Kompot z owoców sezonowych 200ml
9.04.2025 Środa E(kcal)1000 B (g) 37,19 T (g) 44,43 W (g)177,84	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Pasta mięsna 30g, Ser Kanapkowy (7) 1 pl. Rzodkiewka 20g, Kiszony Ogórek 20g Kakao z ml. (7) 250ml	Jogurt naturalny (7) 120g z owocową granolą 30g	I danie: Krem z marchewki na wywarze warzywnym (9) z kaszą jaglaną 250 ml II danie: Ryż biały 150 g Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z marchewką i anansem (1,7) 150g Kompot z owoców sezonowych 200ml
10.04.2025 Czwartek E(kcal)989 B (g) 37,38 T (g) 36,81 W (g)135,53	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Parówki 2 szt. na ciepło z keczupem Rzodkiewka 30g, Herbata Roiboss 250ml	Mus z owoców leśnych (wyrób własny)150ml wafle ryżowe 1 szt.	I danie: Zupa ogórkowa na wywarze warzywno-mięsny (9) z ziemniakami zabieleną (7) 250ml II danie: Ziemniaki 150g, Kotlet mielony w sosie koperk. (1) 1 szt Surówka z Białej Kapusty 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml
11.04.2025 Piątek E(kcal)993 B (g) 43,98 T (g) 36,41 W (g)131,69	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Pasta Rybna z makreli (3,4) 30g, Serek Kanapkowy w plasterkach (7) 1 pl. Sałata 5g, Kiszony Ogórek 30g Herbata z Lipy 250ml	Galaretka owoc. 150 g, chrupki kukurydziane 5g/8 szt.	I danie: Zupa Kapuśniak na wywarze warzywnym (9) z kiszonej kapusty z ziemniakami 250ml II danie: Makaron spaghetti (1) 150g, Sos pomidorowy z ziołami i mozzarellą (7) 150g, Woda 200ml
14.04.2025 Poniedziałek E(kcal)1010 B (g) 38,73 T (g) 41,95 W (g)127,35	Zupa mleczna z płatków zbożowych 30 g z mlekiem (7) 120 ml Chleb graham (1) z masłem (7) Szynka z indyka 1 pl. Sałata 5g, Pomidor 30g, Herbata malinowa	Szejk Tropialny na jogurcie (7) 150g, wyrób własny	I danie: Zupa jarzynowa na wywarze warzywno-mięsny (9) z ziemniakami i natką pietruszki, zabieleną (7) 250ml II danie: Placuszki orkiszowe z jabłkiem (1,3,7) 2 szt. z kleksem jogurtu 30g. Lemoniada z cytryną 200ml
15.04.2025 Wtorek E(kcal)1012 B (g) 30,22 T (g) 36,03 W (g)149,47	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Jajko gotowane (3) 1/2 szt szynka gotowana 1pl kielbaska delikatesowa biała 1 szt. Sałata masłowa 5g, Rzodkiewka 30g Świeży szczypiorek	Muffinka waniliowa (1,3,7) 1 szt. wyrób własny NIESPODZIA NKA OD ZAJĄCZKA	I danie: Zupa żurek wielkanocny z ziemniakami na wywarze warzywno – mięsny (9) 250ml, II danie: Pyzy (1) 2 szt., Bitki ze schabu w sosie własnym (1) 150g Surówka z buraczków i jabłka 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml

	Herbata z cytryną		
16.04.2025 Środa E(kcal) 939,4 B(g)38,41 Tł(g)36,49 W(g) 120,36	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Hummus 30g Ogórek zielony 30g Płatki kukurydziane 30g z mlekiem (7) 120 ml Herbata miętowa 250ml	Kisiel owocowy 150ml Jabłko 1/2 szt.	I danie: Zupa barszcz czerwony na wywarze warzywnym (9) z ziemniakami, zabieleny (7) 250 ml II danie : Ryż biały 150g , Mięso z fileta kurczaka gotowane w sosie beszamelowym (1,3,7) 150g, Bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml
17.04.2025 Czwartek E(kcal) 1002 B (g) 37,75 T (g) 44,71 W (g) 116,74	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Pasta jajeczna (3) ze szczypiorkiem 30g. Ser Żółty 1 pl (7) Pomidor 20g, Herbata Rumiankowa 250ml	Marchewka w słupkach (100g), Chrupkie pieczywo typu Wasa 2 szt.	I danie: Zupa pomidorowa na wywarze warzywno-mięsny (9) z ryżem 250ml, II danie: Ziemniaki puree (7) 150g, Kotlet mielony (1,3) 1szt. Surówka Coleslaw 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml
18.04.2025 Piątek E(kcal) 959,63 B(g)41,93 Tł(g)35,72 W(g) 112,14	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Twarożek (7) z rzodkiewką 30g, Miód 30g Zielony Ogórek 20g Herbata owocowa 250ml	Murzynek z jabłkami (1,3,7) porcja, wypiek własny	I danie: Zupa krem z brokuła na wywarze warzywnym (9) z grzankami (1) 250 ml II danie: Ziemniaki puree (7) 150 g , Paluszki rybne (1,4,7) 2 szt. Surówka z białej kap. z papryka i kukurydzą 100g Woda 200ml
21.04.2025 Poniedziałek			
22.04.2025 Wtorek E(kcal) 1002 B (g) 37,75 T (g) 44,71 W (g) 116,74	Bananowa Owsianka z płatków owsianych górskich na mleku (7) 130g Chleb pszenny (1) z masłem (7) Szynka drobiowa 1 pl. Papryka żółta 20g, Ogórek kiszony 20g Kawa Inka (1,7) z ml.250ml	Rogal (1,7) mleczny 1/2 szt Gruszka 1/2 szt.	I danie: Zupa koperkowa na wywarze warzywno mięsny (9) z ryżem 250ml, II danie: Naleśniki (1,3,7) z dżemem owocowym 2 szt. Lemoniada z cytryną 200ml
23.01.2025 Środa E(kcal) 948,46 B(g)39,62 Tł(g)39,43 W(g) 114,11	Bułka pszenna (1) kajzerka z masłem (7), Parówki na ciepło z ketchupem 2szt Ogórek zielony 20g, Rzodkiewki 20g Herbata Roiboss 250ml	Koktajl truskawkowy z bananem na jogurcie (7) z dod.siemienia 150g, wyrób własny	I danie: Rosół z makaronem nitki z drobno pokrojoną natką pietruszki (1,9) 250ml II danie: Ziemniaki puree (7) 150g Kotlet z piersi z kurczaka (1,7) 1 szt., Groszek z marchewką 100g Kompot z owoców sezonowych 200ml

24.04.2025 Czwartek E(kcal)1000 B (g) 37,13 T (g) 44,44 W (g)117,9	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem(7) Pasta mięsna z warzywami 30g Płatki kukurydziane 30g z mlekiem (7) 120ml Herbata z Lipy 250ml	Muffinki marchewkowe 1 szt. (1,3,7) wyrób własny	I danie: Zupa kapuśniak na wywarze warzywno-mięsny (9) z ziemniakami 250 ml II danie: Makaron pszenny 150g w Sosie Bolońskim (1) z warzywami (9) z mięsem wieprzowym 150g Kompot z owoców sezonowych 200ml
25.04.2025 Piątek E(kcal) 948,46 B(g)38,21 Tl(g)33,41 W(g) 135,52	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7), Pasta z makreli (3,4) ze świeżym szczyp. 30g Serek kanapkowy (7) 1pl. Papryka Czerwona 20g Herbata z cytryną 250ml	Zielone placuszki (1,3,7) 1 szt. z kleksem jogurtu (7)	I danie: Krem z selera na wywarze warzywnym (9) zabieleny (7) z grzankami (1) 250ml, II danie: Ziemniaki 150g Gzik (7) ze świeżym szczypiorkiem 200g Marchewka w słupki 50g Woda 200ml
28.04.2025 Poniedziałek E(kcal) 968,86 B (g) 38,38 Tl (g) 32,94 W (g) 135,53	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Żółty Ser Gouda (7) 2 pl. Ogórek zielony 20g, Pomidor 20g Kakao z ml (7) 250ml	Banan 1/2 szt Wafle ryżowe 2 szt.	I danie: Krupnik z 3-kasz (1) na wywarze warzywnym (9) z drobno pokrojoną natką pietruszki 250ml, II danie: Makaron pszenny spaghetti (1) 150g, Sos Carbonara (7) 150g Roszponka Lemoniada z cytryną 200ml
29.04.2025 Wtorek E(kcal) 992 B (g) 36,81 T (g) 37,69 W(g) 127	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem(7), Hummus 30g, Serek (7) Wiejski grani 30 g, Ogórek kiszony 20g, Pomidor 20g Herbata miętowa 250ml	Ciasto ucierane z owocem (1,3,7) 1 szt wyrób własny	I danie: Włoska zupa jarzynowa (cukinia, seler naciowy, marchewka cebula kapusta biała) na wywarze warzywnym (9) z ziemniakami 250ml II danie: Ziemniaki 150g, Udka z kurczaka 1 szt , Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców sezonowych
30.04.2025 Środa E(kcal) 956,77 B(g)39,62 Tl(g)39,43 W(g) 114,11	Chleb mieszany (1) (pszenno-żytni) z masłem (7) Jajko gotowane 1/2 szt Serek kanapowy 1pl. (7) Rzodkiewka 20g, Pomidor 20g Herbata owocowa 250ml	Kaszka manna (1) z mlekiem 130g (7) i sokiem owocowym	I danie: Zupa brokułowa na wywarze warzywno-mięsny (9) z ziemniakami zabieleny (7) 250ml II danie: Kasza bulgur (1) 150 g , Sos curry z fileta z kurczaka (1) 150g Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców sezonowych

Alergeny 1. zboża zawierające gluten
7. mleko i produkty mleczne

3. jaja i produkty pochodne
9. seler i produkty pochodne

4. ryby i produkty pochodne